Comisión Especial de Adicciones
S/C

Versión Taquigráfica N° 1679 de 2018

PSICÓLOGO PROFESOR PAUL RUIZ

Investigación sobre los adolescentes y el alcohol

Versión taquigráfica de la reunión realizada el día 9 de julio de 2018

(Sin corregir)

PRESIDE:	Señor Representante Sebastián Sabini.
MIEMBROS:	Señores Representantes Susana Montaner, Susana Pereyra, Daniel Radío, Luis Gallo Cantera y Álvaro Dastugue.
INVITADO:	Psicólogo profesor Paul Ruíz.
PROSECRETARIO:	Señor Héctor Amegeiras.

SEÑOR PRESIDENTE (Sebastián Sabini).- Habiendo número, está abierta la reunión.

La Comisión tiene el agrado de recibir al psicólogo Paul Ruiz quien ha sido invitado a exponer su investigación -es interesante- sobre el consumo de alcohol en adolescentes dada a conocer en un medio de prensa local.

Agradecemos el tiempo que dispensará y lo escuchamos.

SEÑOR RUIZ (Paul).- En el marco de mi tesis de doctorado, en 2016 encuestamos a mil seiscientos adolescentes de todo el país para hablar sobre el consumo de alcohol. Fue la primera encuesta específica sobre alcohol.

La Junta tiene sus encuestas que son muy buenas, pero también muy amplias; refieren a muchas drogas pero ninguna específicamente sobre el alcohol.

Obtuvimos datos bastante originales sobre el consumo de esa droga que Uruguay no tenía.

Se encuestaron a mil seiscientos adolescentes entre dieciocho y treinta años de edad. Les aplicamos varias escalas sobre consumo de alcohol; algunas demográficas y una escala sobre trastornos del estado de ánimo para ver la correlación entre el consumo de alcohol y la depresión, cuestión sobre la que estamos bastante preocupados.

Se obtuvieron muchísimos datos: cuántas veces por semana toman, qué bebidas prefieren, los volúmenes que toman en gramos por episodio, la relación estadística -es alta- que hay entre consumo de alcohol y los síntomas de depresión. Podría contarles muchos datos; no sé si los señores diputados tienen alguna pregunta puntual como para comenzar a hablar.

Son mil seiscientos adolescentes encuestados, con más de cincuenta variables registradas; pude estudiar algunas que puedo contarles y muchas que analizaré en el futuro porque este trabajo lo hago solo por lo que tengo mis limitaciones.

SEÑORA MONTANER (Susana).- ¡Bienvenido!

Quisiera escuchar alguno de los conceptos esgrimidos; lamentablemente tengo que retirarme, pero luego podremos leer la versión taquigráfica. Los conceptos mencionados por el psicólogo Ruiz son interesantes; me gustaría que los desarrollara.

SEÑOR RUIZ (Paul).- El dato que más me chocó es cuánto toman. Según la encuesta toman en promedio una o dos veces por semana y usualmente más de los límites. Hay un límite planteado entre consumo elevado: 70 gramos para hombres y 56 para mujeres; la diferencia es porque se trata de metabolismos diferentes. Promedialmente toman dos veces por semana y en la mitad de los episodios se pasan de los límites. Toman viernes y sábados o viernes o sábados solamente y si son cuatro episodios al mes, en dos se pasan del límite. Esto quiere decir que consumen para intoxicarse y no para divertirse; esto puede verse que ocurre con los jóvenes, pero con números queda más en evidencia. Se trata de un consumo problemático y dañino, no relacionado a la diversión, amigos, noche, fiesta, etcétera; la idea es tomar para dañarse. Este es uno de los puntos más relevantes.

Además de estos datos obtuvimos los relativos a las famosas previas que están muy de moda. Según lo que investigamos, en promedio hacen dos o tres previas por mes -quizás una previa por fin de semana; zafan algún fin de semana-, pero por lo menos alguna previa existe.

La previa -bright drink- refiere al consumo de los volúmenes que refería: 70 y 56 gramos en menos de dos horas. Es uno de los consumos más complicados porque cuanto más rápido se toma el alcohol mayor es el pico en sangre que se genera siendo el daño mayor aún, asociado a peores consecuencias.

Esos datos son novedosos porque no estaban y además preocupantes porque esa cantidad de previas por mes complican. Se sabe, está investigado -por ejemplo en Argentina hay artículos estadísticos que muestran que cuantas más previas por mes se hacen, más cantidad de alcohol en sangre tiene el individuo- que hay una relación bastante buena entre la previa y el daño que se genera con el consumo de alcohol.

Lo que sobre las previas leí es que en algunos lugares como España intentaron legislar para prohibir los "botellódromos" -como ellos denominan-, lugares adonde la gente se concentra a tomar mucho alcohol o las fiestas privadas en las casas para que precisamente no se generen las previas antes de otras instancias como bailes o cumpleaños. Me queda la duda -por lo menos hasta ahora- de que esas reglamentaciones sirvan.

En lo que tiene que ver con las preferencias, la primera bebida es la cerveza, la segunda el vino, la tercera el fernet, vodka. Principalmente prefieren la cerveza, y luego por lejos, el vino.

Otro tema muy interesante que me preocupó es la correlación matemática con la depresión: cuantos más síntomas de depresión más consumo de alcohol. Quiere decir que muchos jóvenes no toman porque les guste el alcohol sino porque se sienten mejor cuando toman, que no es lo mismo desde el punto de vista psicológico. Es otro punto para trabajar desde la prevención.

Las reglamentaciones internacionales no son muy efectivas en muchos sentidos; algunas de las cuestiones más científicas que leí muestran precisamente que el mejor impacto está en los sistemas educativos aplicando tipos de bloques o contenidos. Es decir, aplicar políticas en los sistemas educativos; además es la mejor forma de llegar a los jóvenes y trabajar con ellos en consumo con reducción de daños, sobre todo. Se trata de enseñarles a los pibes respecto a las consecuencias que acarrea el consumo y que si van a tomar -sin duda lo van a hacer; en nuestra encuesta casi el 98% tomó alcohol, por lo que es más raro que no tomen a que tomen- eviten determinados niveles.

Sería interesante trabajar en términos de políticas porque hay pocos trabajos en prevención con los jóvenes. Lo digo porque con nuestros datos generamos algunos talleres en algunos liceos y la onda expansiva fue demasiado interesante lo que muestra una avidez del sistema para trabajar con ellos. En menos de un año y medio dicté talleres a mil cuatrocientos pibes en todo le país. El sistema reclama políticas de este estilo disponibles para Secundaria, y también para Primaria porque me solicitaron que fuera a escuelas a dar talleres. Una herramienta de ese estilo en términos políticos puede ser muy interesante. Además es útil hasta en términos científicos porque se está en contacto con todo el país por lo que se puede obtener mucha información sobre la epidemiología del consumo.

No sé si les estoy brindando mucha información o si desean que me focalice.

SEÑORA MONTANER (Susana).- ¿Cómo logran ustedes que en los sistemas educativos la atención de los alumnos y jóvenes sea cada vez más permeable?

SEÑOR RUIZ (Paul).- Los talleres que imparto se basan en información y dinámicas; más que nada se formulan preguntas para saber qué saben y discutir respecto a lo que saben.

Antes de ingresar a sala hablaba con una periodista que en los talleres tuve que incluir un bloque de primeros auxilios e intoxicación, porque cuando uno le pregunta a un pibe: "¿Qué hacés si tu amigo con el que salís se emborracha y queda inconsciente?". La enorme mayoría -por no decir todos- no tiene idea qué hacer. La finalidad de esas instancias es llamar la atención: "Si salís, tomás y alguien queda tirado en el piso inconsciente, ¿cómo lo ayudás?". En base a esas preguntas se generaron muchos debates con ellos mismos; llevo preguntas y debatimos.

Hace un par de semanas en el liceo cercano adonde antes estaba el Cilindro me preguntaron si fumar dos porros por día estaba bien. Entonces el debate se genera en base a cuánto consumen para ver si creen si ese límite está bien, cuántos de ellos creen que está bien consumir. De esa manera uno se mete en sus ideas irracionales, más que nada sobre qué está bien y qué está mal y sobre todo cuando científicamente se sabe que hay una distorsión cognitiva bastante marcada entre lo que creemos que los demás toman y lo que realmente toman. Si yo creo que mi amigo que salió el fin de semana tomó cuatro cervezas cuando en realidad tomó dos, cuando yo salga voy a intentar tomar lo que creo que él tomó. En los talleres se puede trabajar mucho sobre esas distorsiones.

Ese es el rumbo de los talleres.

SEÑOR RADÍO (Daniel).- Usted dice que se toma dos veces por semana y una de ellas se pasan los límites. ¿En base a qué función se establecen esos límites?

SEÑOR RUIZ (Paul).- Hay un patrón científico-técnico elaborado que la OMS maneja. La OMS tiene varios manuales sobre consumo de alcohol; define todos los tipos de consumo y plantea algunos lineamientos generales sobre las políticas que deberían seguirse para disminuir el consumo. Para que tengan una idea, en el mundo mueren aproximadamente 320.000 jóvenes por año por consumo de alcohol. Es el número que maneja la OMS, por lo que es un tema importante. ¡Es mucha gente! Ya sea estrictamente porque la persona tomó alcohol, porque tomó y manejó o tomó e hizo otra cosa que llevó a perder la vida. Esos números vienen de ahí: cuántos gramos de alcohol en sangre son más o menos necesarios para generar determinado tipo de daño. Por eso están marcadas las diferencias entre hombres y mujeres porque estas metabolizan el alcohol en forma muy diferente que los hombres.

Con los adolescentes también ocurre lo mismo. En los talleres explico por qué la población adolescente es de riesgo. El adolescente tiene la capacidad de soportar mucha más cantidad de alcohol que el adulto y además es menos sensible al efecto aversivo y más resistente a la resaca. La etapa adolescente es un período de la vida en la que están absolutamente predispuestos a tomar mucha cantidad de alcohol que es probable que nosotros no podríamos ni tomar.

SEÑOR RADÍO (Daniel).- ¿Cuál es la franja de edad estudiada?

SEÑOR RUIZ (Paul).- Entre dieciocho y treinta años.

SEÑOR RADÍO (Paul).- Quizás usted consideró otras variables. Usted mencionó que cuando una de las dos veces por semana que la persona toma alcohol sobrepasa los límites, es para intoxicarse y no para divertirse. Me parece que es una conclusión muy apresurada; deducir que si toma por encima del límite es para intoxicarse no sé si es una conclusión suficientemente fundamentada. Puedo pasarme del límite y no por eso tomo para intoxicarme, mi objetivo no tiene porque ser intoxicarme. No necesariamente.

SEÑOR RUIZ (Paul).- Sí, porque si sabemos el efecto que tiene en nosotros la droga que tomamos y que con determinado volumen nos estamos sintiendo mal, si sabemos las consecuencias que vamos a tener y a conciencia elegimos tomar ese volumen, convengamos que, al menos en términos psicológicos, estamos jugando con el riesgo de terminar bastante mal en los episodios de consumo.

SEÑOR RADÍO (Daniel).- Paralelamente, hay una correlación con la depresión y se siente mejor cuando toma. Ergo, no se siente mal.

SEÑOR RUIZ (Paul).- En el experimento, además de trabajar con humanos trabajo con ratas. Yo genero un cuadro de depresión en las ratas -se puede hacer-, las pongo a tomar alcohol y después tengo acceso a su cerebro. Lo que sucede es que el alcohol modera y modula algún tipo de neurotransmisores que generan malestar en la depresión. Con relación al malestar que sienten cuando están deprimidos, se sienten un poco mejor, pero igual están borrachos. O sea, en términos técnicos, se están quitando un malestar haciéndose daño y no generando un tipo de cambio sustentable, porque se emborrachan, se les va el efecto del alcohol y se sienten mal de vuelta. Ese juego de ida y vuelta es lo que nos preocupa por una cuestión de que no hay una solución de fondo.

En cuanto a tomar para intoxicarse es como tirar la moneda. Hay dos caras. "Hoy, tomamos. ¿Hasta dónde tomamos? ¿Nos hacemos pelota? Salió cara: nos hacemos pelota". Uno de dos, el 50%, es un montón.

SEÑOR RADÍO.- Lo que pasa es que yo, desde la intuición, no necesariamente opongo divertirse con intoxicarse. El concepto de divertirse implica un pasatiempo, algo agradable. A lo mejor, a alguien le parece agradable intoxicarse.

SEÑOR RUIZ (Paul).- A alguna persona sí, pero en la globalidad, no. El alcohol que se tomaba en otros momentos, era un alcohol facilitador; el famoso alcohol que tomo porque me animo a hacer cosas que usualmente no haría, porque me animo a hablarle a alguien. Me refiero al efecto desinhibidor del alcohol. A esa dosis, uno genera un efecto comportamental neurofisiológico, que no es la dosis de la intoxicación; está mucho más adelante la intoxicación. Uno llegó al estado agradable de diversión y sigue tomando hasta generar intoxicación. Es un daño bastante grande.

SEÑORA MONTANER (Susana).- Sobre los 320.000 jóvenes que fallecieron en el mundo a consecuencia del alcohol, ¿se conocen las edades?

SEÑOR RUIZ (Paul).- Entre dieciocho y veintinueve años.

SEÑORA MONTANER (Susana).- Es decir que en esta estadística no entran los adultos. ¿O además de estos jóvenes, hay adultos?

SEÑOR RUIZ (Paul).- Hay adultos.

Esta estadística se basa en jóvenes. El adolescente es una población muy vulnerable. La gente usualmente cree que el alcoholismo es una enfermedad de la vejez, pero es de la juventud; se centra entre los dieciocho y veinticuatro años. No a los setenta; no se trata del viejo borracho y pobre que está encerrado en el bar. Los que más desarrollan trastornos por consumo de alcohol son jóvenes entre dieciocho y veinticuatro años.

SEÑOR GALLO CANTERA (Luis).- Es un gusto escuchar a alguien que sabe y, además, trabaja con pasión.

Trabajamos muchísimo en un proyecto de ley que en este momento está en el Senado. Lo que pudimos acordar entre los partidos políticos es un proyecto que servirá mucho. A consecuencia de haber estado trabajando directamente en este tema, uno se mete a fondo a estudiar el consumo problemático del alcohol y la primera conclusión que saca es que los jóvenes son los que están más comprometidos. Diría más: los

adolescentes y los jóvenes porque el problema comienza a los once o doce años y acá estamos hablando de entre dieciocho y treinta años. Creo que el problema que tenemos que abordar es de adolescentes y jóvenes.

Después que estudiamos la encuesta de hogares del año 2015, impacta saber que cada diez adolescentes y jóvenes, cinco consumen alcohol, por lo menos, una vez en los últimos treinta días. Esta es una cifra preocupante. También lo es que dos adolescentes en los últimos treinta días hayan tenido, por lo menos, una intoxicación en un fin de semana. Asimismo, una vez que uno está ingiriendo alcohol en forma irresponsable, comete un segundo error; por ejemplo, tener relaciones sexuales sin preservativo o conducir en un estado que no debe. Cuando empezamos a analizar estas cifras, realmente impactan.

Estamos consustanciados con lo que está haciendo el invitado. Hay que seguir trabajando. Esperamos que en algún momento se apruebe el proyecto de ley que está en el Senado y lo tengamos en esta Comisión. Con mucho gusto, lo invitaremos para que opine sobre él.

SEÑOR RUIZ (Paul).- La encuesta empieza a los dieciocho años, lo que hace que uno sepa cuánto entran tomando. En la gráfica se ve que ya entran tomando 80 gramos por episodio. Cuando uno le pregunta al de dieciocho años cuándo arranca a tomar, advierte que en promedio empieza a los catorce años, pero algunos a los once años. La escalada de consumo -después no llegan a más de 80 gramos- se da entre los doce y los dieciocho años. Esa población, que es la que más resiste, es en la que más hay que trabajar.

Habría que dar charlas en la escuela, a pibes de sexto. En el liceo, los que prestan más atención son los que están en bachillerato: tienen dieciséis o diecisiete años. Entienden un poco mejor. Pero ese pibe que te entiende, toma hace cinco años. Si uno los quiere agarrar antes de que empiecen a tomar, hay que hablarles en la escuela o en los primeros años de liceo.

Nosotros aplicamos una escala que se llama IAC -es una sigla en inglés- que dice las consecuencias cercanas del consumo. A veces, uno habla con un adolescente y le dice: "Mirá que si tomás mucho alcohol, cuando seas grande vas a tener cirrosis". Y el pibe te dice: "Sí, cuando tenga no sé cuántos años". Pero cuando uno habla de las consecuencias cercanas, el impacto o la comprensión es diferente. Nosotros tenemos esos números: el 9% de los jóvenes declara haber manejado un vehículo después de tomar alcohol. Quiere decir que hay gente en la calle que tomó y está manejando, y es un montón. También están los datos de las relaciones sexuales sin preservativo, del vandalismo. La principal consecuencia asociada al consumo es la resaca: "Me sentí mal por resaca el otro día". Eso lo dice más del 60%. El tema que el efecto desagradable del alcohol no es tan desagradable con relación a lo agradable. Por eso, toman de vuelta.

La segunda consecuencia está relacionada con hacer cosas que después les da vergüenza: las relaciones sexuales, el vandalismo, las peleas en la calle. Esto está todo medido; las gráficas quedan a su disposición.

SEÑORA MONTANER (Susana).- ¿Cómo se ingresa al sistema educativo? ¿Ustedes se ofrecen? ¿Los convocan?

¿Saben del impacto que esto genera dentro del hogar? Evidentemente, un alcohólico problemático, aun siendo joven, como cualquier otra droga, trae alteraciones a nivel familiar. ¿Tienen alguna evaluación al respecto?

SEÑOR DASTUGUE (Álvaro).- Sin duda, hay una banalización o naturalización del consumo, dado que cada vez baja más la edad de inicio de los consumidores problemáticos de alcohol.

¿Cuáles son las causas de esa banalización o naturalización, además de la falta de un sistema de prevención a través del sistema educativo?

SEÑOR PRESIDENTE.- El invitado habla del volumen de intoxicación. Quisiera que eso lo llevara a litros de cerveza o de vino.

¿De dónde proviene ese primer consumo? Hay un mito bastante extendido que dice que siempre se comienza consumiendo con el círculo de amistades. Creo que este tema es netamente cultural y no debe ser el único factor.

¿Cuál debería ser el enfoque? Muchas veces, en la Comisión hemos discutido que uno de los enfoques debería ser retrasar lo más posible la edad de inicio, porque cuanto más joven es la persona, peor es; esto se debe a la neuroplasticidad.

Imagino que los adolescentes consumen alcohol por otras cosas, no solo por lo que les hace mal. Hay otras cuestiones que les hacen consumir alcohol. ¿Trabajaste sobre esas cosas?

SEÑOR RUIZ (Paul).- Sobre el sistema educativo, una de las cosas que sabemos acerca de que la prevención es una de las falencias en las que hay que trabajar es que esto surge como un invento que tuvo un impacto muy grande. Yo hago la encuesta y empiezo a obtener los primeros datos. Va a salir mucha información de esa encuesta. Cuando empiezo a ver los datos, se me ocurre hacer un taller. Lo propongo en la semana de la ciencia del MEC. Los investigadores de la Universidad proponemos y secundaria tiene planillas en las que puede elegir actividades. Me empezaron a llamar de muchos liceos del país. Ahí empecé a advertir que había avidez por el tema. Y después esto empezó a tener un efecto expansivo; iba a un liceo, desde allí trasmitían a otra institución que había alguien que hablaba sobre esta problemática y, a partir de eso, me escribían, me llamaban. Al tiempo salió una nota en el diario El País, que tuvo otro efecto expansivo. Me seguían llamando para que diera un taller o una charla. Hace un mes escribieron una nota en La Diaria, lo cual fue una bomba terrible. Creo que, en gran medida, estoy acá por lo que se publicó en La Diaria.

Yo voy adonde me convocan, pero voy solo. Voy yo, con mi computadora, en una camioneta de la Facultad, porque no tengo auto. Cuando me dicen "Venite", agendo un vehículo en la Facultad y voy. Les diré que desde ahora y hasta fin de año tengo, prácticamente, una actividad semanal agendada. Menos en setiembre, mes en el que asistiré al congreso mundial sobre alcohol que se realizará en Japón, el resto de mi tiempo está ocupado. De manera que hay avidez por el tema. Y esto es como una quijotada, porque es lo que hace un hombre solo, con lo que hay. Ese es un tema que en algún momento habría que ver. Entiendo que esto es un insumo para el sistema político; realmente, sería bueno que hubiera algo más estructurado para poder trabajar.

SEÑORA MONTANER (Susana).- Me gustaría saber si el señor Ruiz ha hecho contactos en el sistema educativo como para que esto se institucionalice, para que se forme un equipo. Lo pregunto porque entiendo que por más excelente que sea su trabajo y por más experto que sea en la materia, evidentemente, estas permanentes convocatorias deben superarlo. Como nos parece que lo ideal es la prevención -estamos en el mismo camino-, pregunto si no ha habido charlas o acercamientos para organizar esto de alguna manera, es decir, para formar equipos, liderados por el señor Ruiz o por quien resuelva la universidad, a fin de que esta tarea pueda hacerse de forma más expandida y organizada a nivel de los institutos de enseñanza oficial. ¿No se ha hablado nada al respecto?

SEÑOR RUIZ (Paul).- En la universidad, no. A veces, la academia se mueve por un canal diferente a otros, diferente al político, al social o al que sea. En la universidad no ha habido charlas al respecto. Sí hubo algún contacto con la Junta Nacional de Drogas; les mostré lo que yo hacía y me invitaron a que fuera a ver sus talleres. Quedó la puerta abierta, pero no se ha generado nada estructural.

Para el año que viene yo tengo la intención de generar un grupo, por una cuestión de agenda, porque no sé hasta dónde es positivo o productivo que una persona haga todo. Sería bueno que pudiera hacerlo con alguien. Además, se siente muy raro que me convoquen de todos lados y tenga que ir, solo, a hablar con todo el mundo.

SEÑORA MONTANER (Susana).- Por eso planteaba mi inquietud. No sé de qué manera se puede institucionalizar esta tarea o generar un equipo, para que el señor Ruiz no tenga que actuar como el llanero solitario. Insisto en que la prevención es lo más importante. Evidentemente, con tantas convocatorias, en algún momento el señor Ruiz se verá desbordado. Por eso planteo la formación de un equipo o la posibilidad de algún convenio. Cuando vengan las autoridades de la educación preguntaremos de qué manera es posible institucionalizar esta tarea, a fin de que se haga en forma permanente y no sea solo el señor Ruiz tratando de responder a todos, porque luego viene la etapa de la fatiga y la imposibilidad de cumplir con los objetivos.

SEÑOR RUIZ (Paul).- El año que viene veremos si podemos con eso.

En cuanto a las causas del consumo, básicamente, se pueden dividir en varios capítulos. Uno de ellos es el capítulo social, dentro del que están los amigos, la familia y la propaganda. Colaboré con una investigación

que se hizo en Argentina -en Uruguay nunca se realizó- en la que se preguntaba a los pibes por qué empezaban a tomar. Las respuestas más comunes eran: "Porque un adulto me ofreció", "Por curiosidad" y "Porque un amigo me ofreció". Esas eran las tres respuestas más repetidas. El capítulo social es fundamental.

Otro de los capítulos es el efecto motivacional, que es lo que provoca la droga. La droga gusta. La resaca es algo muy desagradable, pero no tanto como lo agradable. Entonces, la gente vuelve a tomar. O sea, gusta.

El tercer capítulo es el de la patología dual, es decir, cuando un malestar estimula el consumo de algo en particular. En esos casos, hay que ver dónde nos podemos meter -como político, padre o profesor- para intentar disminuir el consumo. Cuando doy algún taller de prevención para padres y profesores, hablamos de las cosas que un adulto puede hacer para que un joven tome menos o no tome. Eso es fundamental.

En esta cuestión hay aspectos micro, como los que se manejan en la mesa de una familia: un adolescente que crece en una casa en la que hay cerveza arriba de la mesa toma antes y más alcohol en la adultez. También hay otros aspectos con efecto macro, como la densidad de puntos de venta. Eso ha sido muy investigado: cuantos más puntos de venta haya, mayor será el consumo de la población.

Entonces, hablamos de una política macro y de una política micro. Muchas veces, los padres no saben cómo hacer para que sus hijos tomen menos. Hay cosas que se pueden hacer desde la casa.

SEÑORA MONTANER (Susana).- Esto contestaría, en parte, la pregunta que hice anteriormente en el sentido de si había algo evaluado sobre el hogar.

SEÑOR RUIZ (Paul).- En Uruguay, no tanto. En Argentina -mi tutor de doctorado es cordobés; es un hombre de referencia mundial; si algún día necesitan algún tipo de contacto, está a las órdenes- trabajaron específicamente en el tema, encuestando a niños y adolescentes de diez a quince años. Les preguntaban en qué contexto tomaron alcohol la primera vez que lo hicieron. El problema en Uruguay no es muy diferente al de Argentina; de manera, que se podría mirar un poco para allá y ver cómo viene la mano con respecto a este tema.

En lo que respecta al volumen de alcohol que toman, en promedio, toman 80 gramos por episodio. Eso equivale a dos litros y medio de cerveza, tres fernet, tres whisky o un poquito más de un litro de vino. Con eso, ya pasan los límites.

En los talleres que doy sobre consumo digo que es bueno intentar seguir la cuenta de cuánto se va tomando para saber dónde parar. No se trata solo de tener una dosis y poder decir "Hasta acá tomo", sino de tomar conciencia de que si ya tomé dos litros de cerveza y capaz que aguanto tomar un poco más, no debería hacerlo, porque si bien no me siento mal, en la sangre ya hay una cantidad importante de alcohol. Entonces, en los talleres de prevención se maneja este aspecto psicoeducativo, en el sentido de saber hasta dónde puedo llegar en cuanto a los volúmenes de alcohol. Eso es importante.

SEÑOR PRESIDENTE.- ¿De dónde proviene el consumo?

SEÑOR RUIZ (Paul).- Como mencioné anteriormente, los tres pincipales ítems son la familia, los amigos y la curiosidad.

En cuanto a la edad de inicio, nosotros llegamos a la conclusión de que son los catorce años, edad similar a la que maneja la Junta Nacional de Drogas. La edad más baja que encontramos son los once años. Esto es, la edad de inicio más común son los catorce años, pero hay pibes que a los once años ya están tomando alcohol.

SEÑOR PRESIDENTE.- ¿Cuáles son los porcentajes?

SEÑOR RUIZ (Paul).- Lo que más se repite son los catorce años. Tendría que armar los datos por franjas. Creo que de acá va a salir mucha información. Inclusive, yo podría analizar la información en base a las preguntas que ustedes me hagan. Si entienden que esto puede servirles para pensar o analizar algo, estoy a las órdenes.

SEÑOR PRESIDENTE.- El diputado Gallo Cantera decía que vamos a trabajar en el proyecto sobre el consumo de alcohol. Esta Comisión ya votó el proyecto de ley sobre alcohol cero, que es una medida

discutible; podría tener otra gradualidad, se podría revisar el sistema de penalización en función del grado alcohólico. Obviamente, una ley sobre regulación del consumo de alcohol tiene un montón de complejidades, porque afecta una industria muy fuerte económicamente que, además, genera un montón de empleo. De manera que hay intereses por todos lados.

Hay algunas medidas que se establecen que entiendo son positivas en términos de prevención. Una de ellas tiene que ver con la regulación de la publicidad; no hablamos de la prohibición, pero sí de la regulación bajo un código de ética. Quizás, lo ideal sería que no existiera publicidad de bebidas alcohólicas, pero eso es complejo.

Otra de las medidas es que en los lugares en que se expende alcohol se pueda acceder al agua en forma económica, a fin de poder hidratarse…

SEÑOR GALLO CANTERA (Luis).- Gratis.

SEÑOR PRESIDENTE.- Si es gratis, mejor.

Otra de las medidas es el fortalecimiento de la prevención.

Nosotros ya recibimos a la Junta Nacional de Drogas y recibiremos a las autoridades del sistema educativo. Me gustaría saber si la encuesta que hizo el señor Ruiz tiene algún punto al respecto. Lo pregunto porque es difícil establecer cuál es el mejor mecanismo para la prevención. Durante muchos años se creyó que se podía prevenir a través de la pedagogía del miedo. Y no solo con respecto al consumo del alcohol, sino a todas las drogas en general. Algunas políticas -el diputado Radío siempre lo señala- están basadas en esa pedagogía. Por ejemplo, se muestra un labio lastimado o la imagen de alguien muriendo y se explica que eso sucede por el consumo de tabaco. Se puede compartir o no ese tipo de prevención. En lo personal, esa no es una de las políticas que más me agrada. Entonces, la consulta es si la encuesta puede darnos pistas en cuanto a cuáles son los mejores caminos. Yo tengo una respuesta, personal o, si se quiere, como docente -creo que debemos poner la información a disposición de los ciudadanos, porque es su derecho-, pero me gustaría saber si tenemos certeza de cuáles son los buenos mecanismos que podríamos seguir y cuál es el rebote que hay de parte de los estudiantes al respecto. Hay experiencias que han sido contraproducentes. En algunos países -si no me equivoco, en Estados Unidos-, se dispuso que la Policía explicara a las personas lo malo que son las drogas, pero no funcionó.

SEÑOR RUIZ (Paul).- Acá también.

SEÑOR PRESIDENTE.- Quizás, aquí también se hizo, pero también hubo otras políticas. Recuerdo la política de Leonardo Costa; había librillos informativos que eran interesantes.

La pregunta es si el trabajo que el señor Ruiz está haciendo nos puede dar pistas sobre la mejor forma de hacer buena prevención.

SEÑOR RUIZ (Paul).- No sé. Esa es mi primera respuesta. No tengo idea.

La segunda respuesta es que veo que en el sistema educativo no hay algo que esté pensado o protocolizado en ese sentido.

Hay un protocolo de la Junta Nacional de Drogas para la educación media, pero no lo conoce nadie y no está bien difundido. En todos los colegios, liceos y centros educativos en los que he estado, desde los más pobres a los más ricos, nadie tiene un protocolo que sirva para esto.

El protocolo debe tener dos patas. Se ha trabajado mucho en eso. La primera pata son los talleres en los que se pueda educar a los jóvenes en el consumo. La segunda pata es la estructura que permita identificar el consumo problemático dentro de la institución y le brinde una vía o un tratamiento determinado, por ejemplo, una charla con el psicólogo del liceo, por decir algo. Lo importante es que exista una vía de ese tipo.

Hay que garantizar la educación en términos de información e identificar los casos problemáticos.

He ido a liceos en los que me han hecho preguntas que me han sorprendido. Si hay algo que los pibes saben muy bien es mezclar drogas. Hace unos días, en un liceo de la Costa de Oro, me preguntaron qué efecto hacía el Rivotril, porque los pibes estaban esnifando Rivotril. Es un ansiolítico; lo hacían polvo y lo esnifaban. Parece que el efecto por esa vía les agradaba.

También usan codeína, que es un derivado de la morfina; mezclan los jarabes con alcohol y Coca Cola, y los toman.

Hay que estar cerca de esas situaciones para poder pensar con ellos, pero para estar cerca se necesita un protocolo. El protocolo debe implicar herramientas que permitan informar a los jóvenes, porque no tienen idea de muchas cosas y, además, estar cerca para identificar este tipo de consumo y para reconocer, por ejemplo, estudiantes que entran a clase intoxicados. En más de un liceo al que he ido me han pedido que hable sobre la marihuana porque fuman antes de entrar a clase y creen que es divertido. Por eso, si bien no forma parte de mi tesis, incluí un bloque con la última encuesta en educación media de la Junta Nacional de Drogas y un par de publicaciones que refieren a las consecuencias del consumo de marihuana, porque la regularización del consumo de la marihuana ha generado en los pibes una conciencia de que es un pastito que se fuma y está todo bien y, en realidad, no es así.

Hay que poder identificar todo. Hay que identificar a los que entran fumados a clase, a quien esnifa Rivotril, y a quien pone Ketamina en el microondas, también para esnifarla, porque hay que estar cerca de eso. Y, reitero, que eso también debe tener dos patas.

SEÑOR RADÍO (Daniel).- Tengo una intuición con respecto a la densidad de los puntos de venta que recién se mencionaban, y que está bien estudiado.

En Uruguay hay muchos puntos de venta de todo, porque tenemos la cultura del minorista. Si en lugar de hacer eso geográficamente lo llevara en el tiempo, podría decir que en el Uruguay de hoy, con la victoria de las grandes superficies, se debería consumir menos que en el Uruguay de cuando yo era chico, donde había más puntos de venta, porque había almacenes en todas las esquinas y, sin embargo, eso no es así. Ahora hay menos densidad y se consume más, o sea que esa relación, tal vez no es tan directa.

SEÑOR RUIZ (Paul).- En ese caso, el tema es que cuando uno regula la densidad del punto de venta, automáticamente se generan bocas. Entonces, cuando uno dice que hay un punto de venta que es oficial, automáticamente alguien va a comprar cuatro casilleros de cerveza, los va a poner en el fondo de su casa y va a comenzar a vender. Entonces, vamos a tener una boca de venta de alcohol. Eso en el Uruguay no lo conocemos porque, usualmente, no es necesario, pero lo que se sabe es que con la misma avidez que se regula, se generan bocas de venta.

Yo no digo que sea la panacea. Lo que se sabe es que hay una correlación: cuanto más disponibilidad hay, más consumo hay. Si es un foco para regularizar, no sé si gastaría energía en eso habiendo tantas cosas útiles para hacer. Eso implica mucha energía, porque hay que generar un sistema oficial de regularización, hay que generar un sistema de fiscalización y, además, asumir que habrá que ir persiguiendo a cada persona que abra una boca en la calle. Creo que se gastaría mucha energía en eso y no sé si va por ahí. Hay mucha información al respecto.

SEÑOR PRESIDENTE.- En el fondo, lo que se plantea es que más que trabajar sobre la oferta, hay que trabajar sobre la demanda.

SEÑOR RUIZ (Paul).- La gente va a consumir igual. Entonces, si se trabaja desde lo psicoeducativo, desde lo preventivo o el primer nivel -se puede llamar del capítulo que sea-, creo que sería mucho más productivo.

(Apoyados)

SEÑOR PRESIDENTE.- Entonces, si no hay más preguntas, quedamos a las órdenes para que nos pueda enviar el material sobre la investigación que haya sido publicado. Y cuando tengamos el proyecto sobre regulación del mercado de alcohol que votará el Senado y que estamos esperando, se lo haremos llegar. Y, si desea hacer alguna sugerencia, sería muy bueno para la Comisión.

También deseamos pedir disculpas por la suspensión de la reunión anterior, ya que el motivo fue un hecho extraordinario y triste para todos nosotros. Queremos agradecerle por haber venido dos veces al Parlamento y por todo el trabajo que ha hecho que, sin duda, nos sirve mucho.

SEÑOR RUIZ (Paul).- A las órdenes.

SEÑOR PRESIDENTE.- Muchas gracias.

No habiendo más asuntos que considerar, se levanta la reunión.